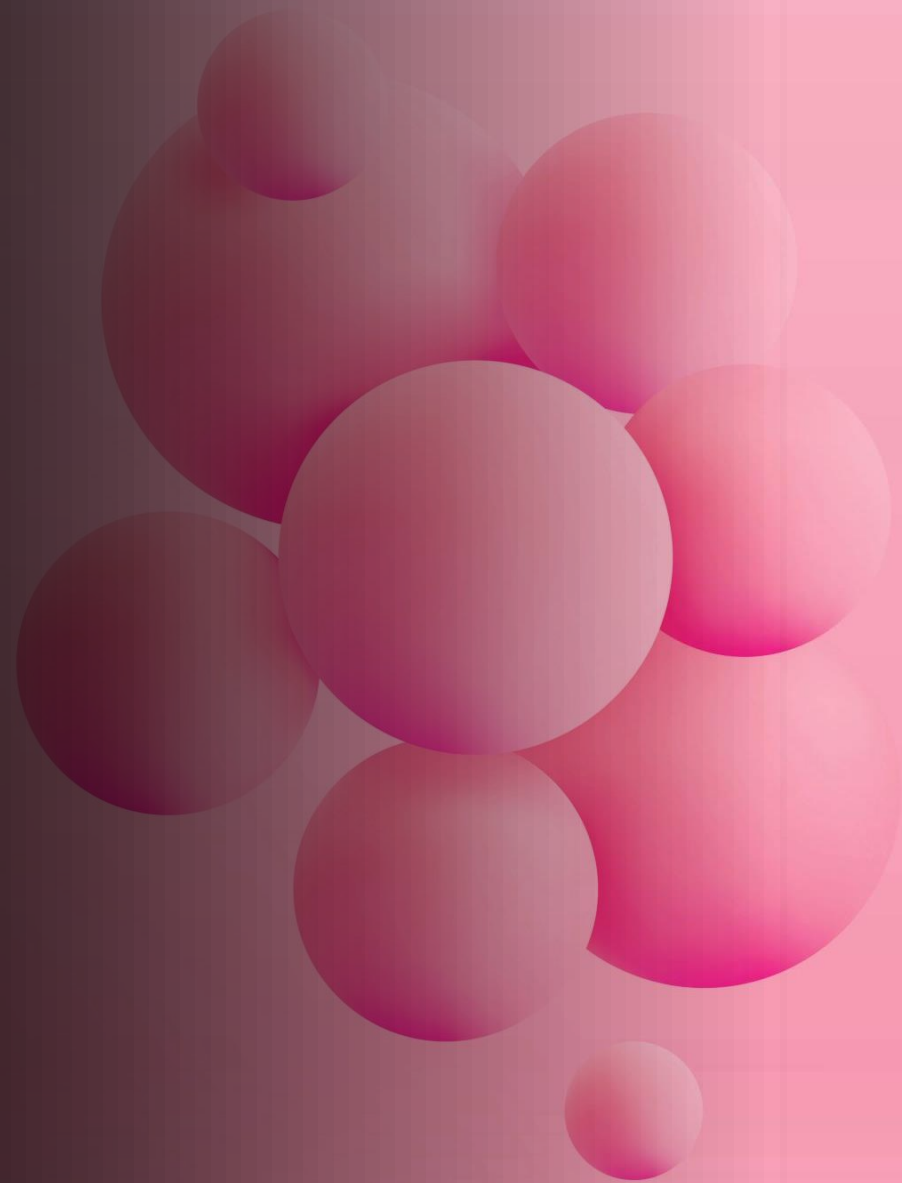




Jak poradzić sobie z nauką zdalną?



Informacje

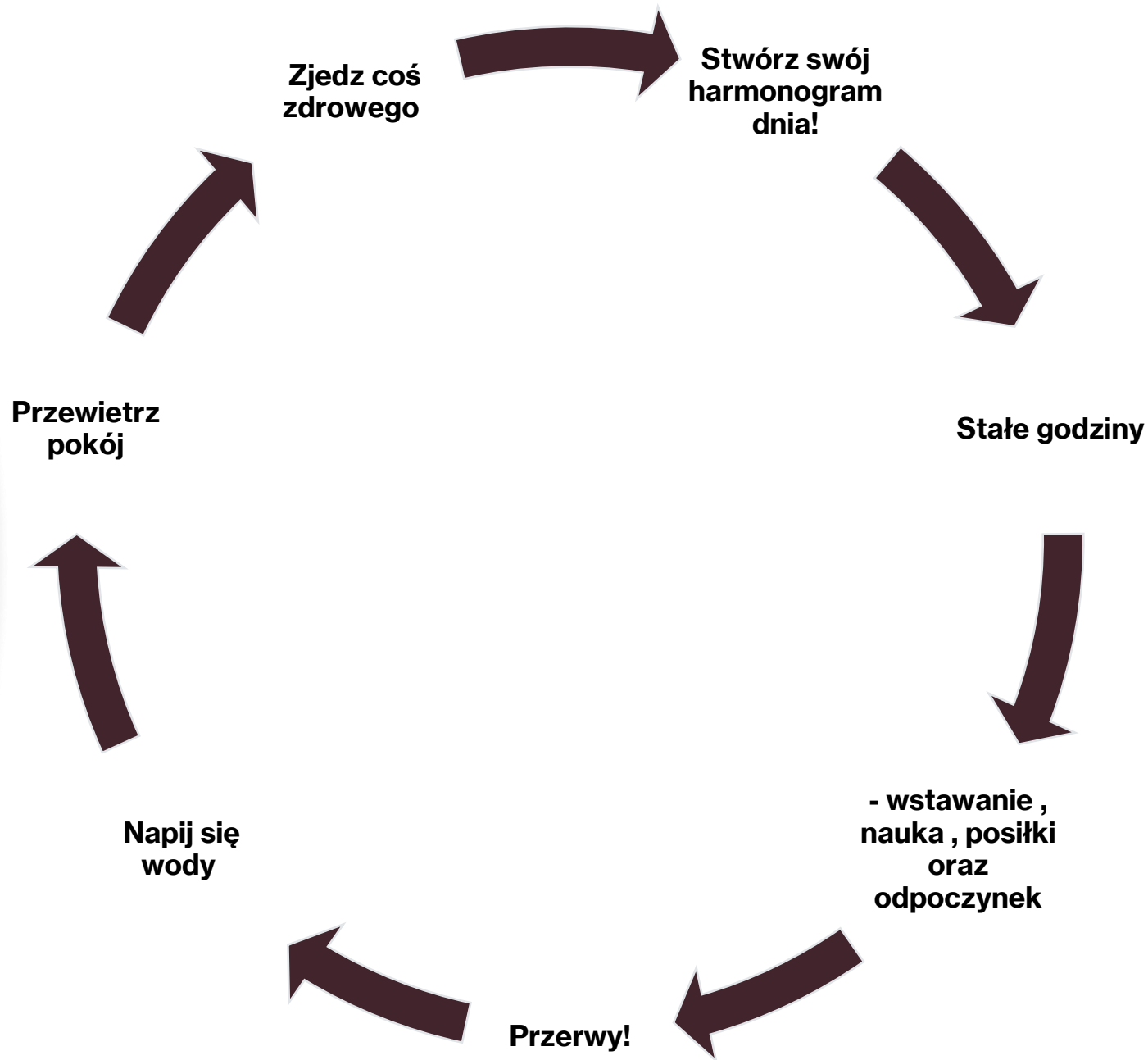
PRACA Z MONITOREM :

W trakcie pisania należy podpierać nadgarSKI .

Również należy zadbać o postawę ciała

Prawidłowa odległość oczu od monitora to 40 – 75 cm

Informację



Memy na poczucie humoru :)

PRACA ZDALNA



9:00



9:12

Proszę Pani, bo zostawiłam zadanie w domu...

NAUCZYCIEL:



I znów ta upierdliwa droga do szkoły

Ja 5 minut po rozpoczęciu lekcji online:



Szkoła 2020:



WYCZUWAM ZŁO W POWIETRZU

LIBRUS JEST BLISKO



Harmonogram na zajęcia zdalne godzina 8.00

7.00 - Wstań

7.10 - Ubierz się

7.15 - Zjedz coś zdrowego

7.20 - Umyj zęby, twarz

7.25 - Pościel łóżko

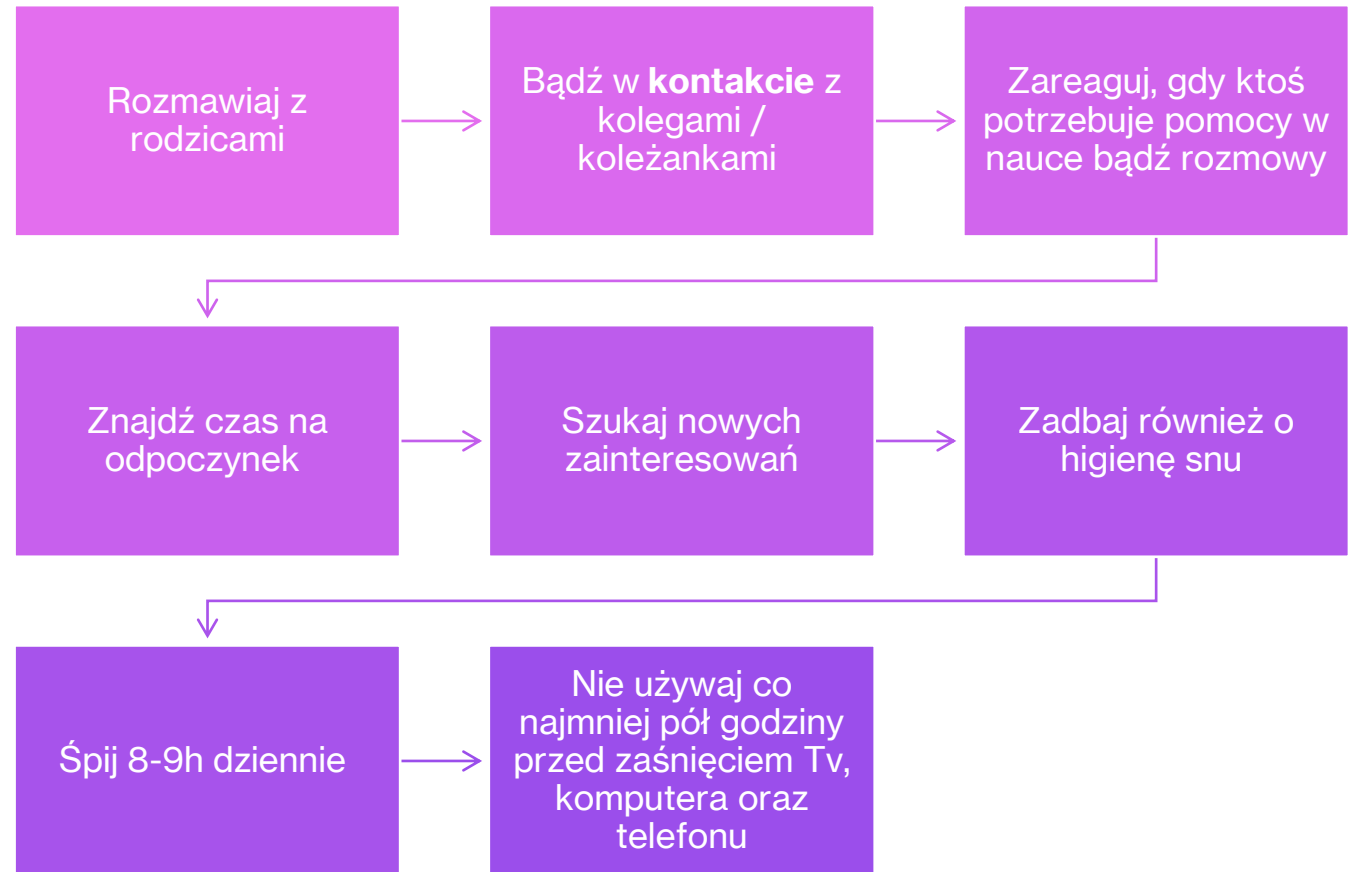
7.30 - Pobaw się ze zwierzakiem, daj mu jedzenie oraz picie

7.40 - Włącz laptopa, bądź komputer

7.45 - Powtórz sobie materiał z poprzedniego dnia

8.00 - Połącz się na zajęcia online

Zadaj o zdrowie psychiczne



Zadbaj o zdrowie psychiczne

W razie potrzeby zawsze możesz skorzystać z **telefonu zaufania**



116 111



Jak ja radzę sobie z zdalną lekcją?

1. Ułożyłam sobie harmonogram dnia.
2. Przygotowałam swoje miejsce pracy.
3. Na lekcji zdalnej NIE jestem w piżamie.
4. Zdrowo się odżywiam.

Memy na poczucie humoru

Zdalne
w marcu

Zdalne
w listopadzie:

E-LEKCJE

E-lekcje: *trwają*

Moja rodzina:

Nauczyciele:

Uczniowie:



Ja, który jeszcze ani
razu się nie
załogowałem na zdalne
lekcje

Zbliżający się
koniec semestru



Zdalne lekcje

Ja: Zapomniałam zadania domowego z domu

Mój nauczyciel online:

Początek:

"Może nie będzie
tak źle"

Kilka miesięcy
później:



ROZPOCZĘCIE
ROKU SZKOLNEGO?

A KOMU TO POTRZEBNE



Kiedy zapomniałeś, że już
nie uczysz zdalnie

Zdalna nauka – jak sobie poradzić z nauką w lockdownie?

- 1) Nastawienie. Wiem, że może to być trudne, ale nie nastawiaj się źle na ten rodzaj nauki. ...
- 2) Dyscyplina. ...
- 3) Zła forma zajęć? ...
- 4) Próbuje uczyć się na własną rękę ...
- 5) Oceny to nie wszystko! ...
- 6) Bądź pomocny dla innych osób. ...
- 7) Zauważaj dobre strony nauki zdalnej. ...
- 8) Bądź elastyczny.



Dziękuję za uwagę
Oliwia Gorońska 8d